

WWW.PAKSOCIETY.COM

دانشگاه کاداستر خوات

اینیورسٹی سروسز اینڈ
پبلشنگ

ڈاکٹ کلام

READING SECTION

Online Library For Pakistan

WWW.PAKSOCIETY.COM

READING SECTION

Online Library For Pakistan

WWW.PAKSOCIETY.COM

READING
Section



اینیورسری اسپیشل گلک بک

ذالذاکا دسترخوان کی پوری ٹیم کی کوشش ہوتی ہے کہ اپنے قارئین کا بھرپور خیال رکھیں اور ان کی فرمائشوں پر پورا اترنے کی کوشش کریں۔ یہ چھوٹی سی تمہید اس لئے بانٹتی تھی ہے کہ آپ کو پتہ ہے کہ مارچ کے مہینے میں ذالذاکا دسترخوان کی اینیورسری منائی جاتی ہے اور اس پر تو لازم ہے کہ آپ بھی کی فرمائش کرو دہر ایکب سے گلک بک ترتیب دی جائے۔

جس طرح ہر ماہ ہم نحت اور ذائقے کے ساتھ آپ کے بچہ کا بھی خیال رکھتے ہوئے ملی جلی ریسیپز سے ذالذاکا دسترخوان جہاز ہے ہوتے ہیں اسی طرح اینیورسری اسپیشل گلک بک میں بھی ریسیپز کے خزانے میں سے بہترین منتخب ریسیپز پیش کرنے کی کوشش کی ہے۔ امید ہے کہ ان ریسیپز کو بنا کر ہونے پر سال کی طرح یہ کتاب آپ کے معیار پر پوری اترے گی اور اس کو اپنے کھانا کھانے کا حصہ بناتے ہوئے نہ صرف آپ فخر محسوس کریں گے بلکہ ذالذاکا دسترخوان کی جانب سے پیش کی جانے والی اس کارآمد اینیورسری اسپیشل گلک بک کو تحفے میں دے کر اپنے پیاروں کو بھی خوش کر دیں گے۔

READING
Section

فہرست

- 7 اٹالین مینیسٹرونی سوپ
- 8 فٹ ایوا کا ڈوسا سا
- 9 پارٹی سینڈویچ لوف
- 10 بہاری قیماں پینا پاکس
- 11 تھائی اسٹائل چھلی
- 12 اسٹرفرائی ہیسل چکن
- 13 گجراتک فیٹل ٹلینک اسٹیک
- 14 کرپسی پوٹینو کوڈش
- 15 چھنی ملائی دال
- 16 چکن پکاتا
- 17 عمارت دار پھول
www.paksociety.com
- 18 دال مرغ کرمانی
- 19 وہاٹ پائے
- 20 بیف اسٹراگنوف
- 21 چکن کھاؤ سے
- 22 مشن لیگ روٹ وڈ پیپر ساس
- 23 کوفتے اور ماش کی دال
- 24 کریمی چکن ٹورمہ
- 25 بیکڈ چکن وڈ اسپاؤسی یوگرٹ
- 26 کپ کیک
- 27 ہنی کومب بریڈ
- 28 اسٹرابیری فز
- 29 رس گلے
- 30 اورنج چیز کیک



ڈالدا کنولا آئل

ڈالدا کنولا آئل، وٹامن پاور کے ساتھ کنولا کے تازہ بیجوں اور: الڈا کی انٹرنیشنل ٹیکنالوجی اور مہارت کے ذریعے تیار کیا جاتا ہے۔ ڈالدا کنولا آئل نہ صرف کنولا کی اصل خوبیاں آپ تک پہنچاتا ہے بلکہ اس کے استعمال سے بچے اضافی غذائیت جس سے آپ حاصل کر سکیں، ایکسٹرا وٹامنائی، بھرپور صحت اور بہترین مزہ، جو ضروری ہیں آج کل کے ماڈرن لائف اسٹائل کے لئے۔ ڈالدا کنولا آئل، اضافی وٹامن پاور کے ساتھ، وٹامن E اور A, D سے غورثیفٹائیڈ ہے۔ وٹامن پاور ان تمام اہم وٹامنز کے استخراج کو کہتے ہیں جو آپ کو روزمرہ کے کام کاج میں بھرپور انرجی اور توجہ فراہم کرتے ہیں۔



جیت آپ کی... آپ کے بچے کے لئے

ڈالدا اولیو آئل

ڈالدا اولیو آئل اسپین کی زرخیخ زمین سے منتخب کردہ خالص اور تازہ زیتون کے پھلوں سے حاصل کیا جاتا ہے۔ ڈالدا اپنی بین الاقوامی مہارت کا استعمال کر کے بہترین کوالٹی پر پورے اترنے والے زیتون کے پھلوں کے انتخاب کو یقینی بناتا ہے۔ ڈالدا اولیو آئل اپنی بے شمار خوبیوں کی بنا پر ایک عمدہ انتخاب ہے جس کا باقاعدہ استعمال دل کے امراض سے تحفظ اور کیفر کے خلاف مزاحمت پیدا کرتا ہے۔ جبکہ شوگر کنٹرول کے لئے موثر ہونے کے ساتھ ساتھ صحت سے متعلق دیگر امور میں بھی ڈالدا اولیو آئل بے حد افادیت کا حامل ہے۔

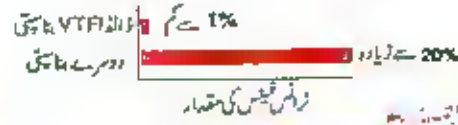


جیت آپ کے بچے کے لئے

READING
Section

ڈالدا VTF بنا سہتی

ڈالدا VTF بنا سہتی پاکستان کا صحت بخش ترین بنا سہتی ہے۔ کیونکہ یہ پاکستان کا واحد بنا سہتی ہے جو حقیقی طور پر ٹرانس فیٹس سے پاک (VTF) ہے۔ ٹرانس فیٹس وہ نقصان دہ فیٹ ہوتے ہیں جو انسانی جسم میں موجود مفید کو لیسٹرول (HDL) میں کمی اور مضر کو لیسٹرول (LDL) میں اضافے کا باعث بنتے ہیں۔ اس کے علاوہ یہ کو لیسٹرول، دل اور جگر کی بیماریوں کا سبب بھی بن سکتے ہیں۔ کسی بھی عام بنا سہتی میں 25 فیصد تک مضر صحت ٹرانس فیٹس شامل ہوتے ہیں، تاہم ڈالدا نے اپنی انٹرنیشنل ٹیکنالوجی اور مہارت کی بدولت اپنے بنا سہتی میں ان ٹرانس فیٹس کی مقدار کو 1 فیصد سے بھی کم رکھا ہے۔ اسی لئے ڈالدا VTF بنا سہتی پاکستان کا صحت بخش ترین بنا سہتی ہے۔



پاکستان کا صحت بخش ترین بنا سہتی ہے

ڈالدا کوکنگ آئل

ڈالدا اپنے صارفین کے لئے انٹرنیشنل کوآرڈینیٹیشنرز ڈو کے تین مطابق بہترین کوکنگ آئل لے کر آنے والا سب سے پہلا برانڈ ہے۔ ڈالدا کوکنگ آئل صرف صحت بخش ہی نہیں بلکہ صحت بخش ترین ہے۔ کیونکہ یہ پاکستان کا واحد کوکنگ آئل ہے جو ڈالدا کی خاص انٹرنیشنل ٹیکنالوجی والے پلانٹ پر تیار کیا جاتا ہے۔ یہ ٹیکنالوجی کوکنگ آئل کی قدرتی غذائیت کو محفوظ کر کے اس کو صحت بخش ترین بنا دیتی ہے۔ شفاف ترین ڈالدا کوکنگ آئل کو لیسٹرول اور چیک سے بالکل پاک اور دل کے لئے محفوظ ہے۔



کوکنگ آئل کے لئے بہترین بنا سہتی ہے

READING Section

ڈالدا سن فلاور آئل

ڈالدا اپنی انٹرنیشنل ٹیکنالوجی اور مہارت کے ذریعے پیش کر رہا ہے نیا ڈالدا سن فلاور آئل جس میں موجود ہے Lo-Absorb ٹیکنالوجی جو نہ کھانے میں تھکے اور نہ ہی جسم میں۔ بہ روزمرہ زندگی میں آپ کو چاق و چوبند رکھتا ہے تاکہ آپ بے فکر ہو کر اپنے پسندیدہ کھانوں کا انتخاب کریں۔



کھانا لائٹ تو زندگی بڑا لائٹ

ڈالدا Easy Pour

ڈالدا اپنی انٹرنیشنل ٹیکنالوجی اور مہارت کے ذریعے نہ صرف ڈالدا کو سبک آئل کو تمام ضرورت اجزاء سے پاک کرتا ہے بلکہ اس کی قدرتی غذائیت کو محفوظ بھی رکھتا ہے۔ جدت متعارف کردارے کی مسلسل جنیو کے نتیجے میں ڈالدا نے ایک اور نمایاں کامیابی حاصل کرنے ہوئے Easy Pour Technology متعارف کروائی جو پاکستان میں پہلی بار پیش کی گئی۔ Easy Pour Technology کی مدد سے آپ آسانی سے تیل نکال سکتے ہیں۔ اور اس کی بدولت آپ کو پتل سے مطلوبہ پتل کا لئے پُرکمل کنٹرول حاصل رہتا ہے۔



پاکستان کی آپ کے پیارے لوگوں کے

READING Section



اجزاء

ایک چائے کاٹج	پنچن پاؤڈر	آدھی پیالی	لویا	ایک عدد	کاجر
ایک کھانے کاٹج	پاریمان چیز	آدھی پیالی	پانک (بائج)	ایک عدد	پیاز
ایک چائے کاٹج	ٹاہت کالی مرچ	حسب ذائقہ	ٹمک	دو عدد	بڑی پیاز
دو کھانے کے ٹجج	ڈالڈا لویو آئل	دو عدد	لسن کے جوئے	ایک عدد	آلو
				ایک عدد	توری

ترکیبے

- تین میں ڈالڈا لویو آئل اور کچلا ہوا لسن ڈال کر ہلکا سا فرنی کریں، پھر اس میں تمام سبزیاں چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ کر ڈالیں
- سبزیوں کو ہلکا سا بھون کر اس میں کالی مرچ کوٹ کر ڈالیں، ٹمک اور پنچن پاؤڈر ڈال کر چار پیالی پانی شامل کر دیں
- درمیانی آٹج پر اہال ڈالنے کے بعد بچی آٹج پر اتنی دہریکا لیں کہ سبزیاں مناسب حد تک گل جائیں
- پاریمان چیز ٹھنک کر چرہے سے اتار لیں

پیریز نٹیشنل کرم گرم پیالوں میں نکال کر پیش کریں۔

تیاری کا وقت: آدھا گھنٹہ | پکانے کا وقت: آدھا گھنٹہ | افراد: چار سے پانچ کے لئے



اجزاء	پھل کے تیل	200 گرام	ایوا کا ڈو	ایک عدد	لیموں کا رس	دو کھانے کے چمچ
نک	حسب ذائقہ	ٹماٹر	دو عدد	ہرا دھنیا	دو کھانے کے چمچ	
پہا ہو بسن	ایک چائے کا چمچ	پیاز	ایک عدد	ڈالڈا اویو آئل	دو سے تین کھانے کے چمچ	

ترکیبے

- پھلی کے تیلوں کو صاف، چھوڑ کر نک بسن، کالی مرچ اور ایک کھانے کا چمچ لیموں کے رس کے ساتھ میزینٹ کر کے رکھ لیں
- ایوا کا ڈو کو دو سو گرو میاں سے کاٹیں اور گھٹلی ٹال کر چمچ کے مدد سے گودا نکال کر پیالے میں ڈال دیں۔ اس باریک کئے ہوئے ٹماٹر، پیاز، نک اور ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا اویو آئل ڈال کر ملا لیں
- گرل چین کو آٹھ سے دس منٹ گرم کریں اور اس پر ایک سے دو کھانے کے چمچ ڈالڈا اویو آئل ڈال کر پھلی کے تیلوں کو دونوں طرف سے گرل کر لیں

پریزنٹیشن

گرل کی ہوئی پھلی کے بیجوں کے ٹکڑے کر کے سالسا میں ملا لیں اور باریک کٹا ہوا ہرا دھنیا چمڑک کر اس غذا میت بھرے سالسا کا لائف اٹھائیں۔

تیاری کا وقت: دس سے چند رو منٹ | گرل کرنے کا وقت: پانچ سے سات منٹ | افراد: دو سے تین کے لئے



		اجزاء	
حسب ضرورت	ہری پٹنی	انڈے	ایک مڈر بوزنی
ایک پیالی	کریم چیز	کالی مرچ گدوٹی پس ہوئی	ایک مٹھو
دو پیالی	مائیونیز	مسٹرڈ پیسٹ	ایک پائے کاٹیج
حسب ضرورت	مارجرین باکھن	نہ تھون	ڈیز، دو پیالی

ترکیب

1. ثابت (بغیر کئی ہوئی)؛ ایل روٹی کی لمبائی کے رخ پر سائٹس کٹائیں اور ان پر مارجرین ڈکا کر پلاسٹک میں پیسٹ کر رکھیں
2. چکن بریسٹ کر دھو کر کٹ لگائیں اور اس پر نمک پس اور کالی مرچ لگا کر رکھ دیں
3. گرم گرل چین پر مارجرین باکھن ڈال کر ٹیکن بریسٹ کو دونوں طرف سے تیز آج پر گرل کر لیں اور سنہری ہونے تک چکن کے ریٹیف کر لیں
4. مائیونیز اور کریم چیز کو مائیں اور دھسنے کر لیں ایک حصے میں مسٹرڈ پیسٹ شامل کر لیں اور اس پیسٹ کو مارجرین لگی ہوئی سلائز پر لگائیں
5. اب سلائز پر مٹھو، ڈیز اور چکن ڈالتے جائیں، تمام سلائز کو ایک ساتھ کر کے سر دنگ ٹرے میں رکھ دیں
6. اوپر سے مائیونیز اور کریم چیز لے ہوئے پیسٹ سے کوڑ کر دیں

پریزنٹیشن کے لئے زیتون اور ابلے ہوئے انڈے سے مائیں اور ٹھنڈا کر کے پتوں کی پارٹی میں پیش کریں۔

تازگی کا وقت: آدھا گھنٹہ | بنانے کا وقت: آدھا گھنٹہ | افراد: سات سے آٹھ کے لئے



اجزاء

تین سے چار عدد	ہری مرچیں	ذیرہ چائے کا چمچ	لال مرچ پسی ہوئی	آدھا کلو	قیر
پار کھانے کے چمچ	ہرا دھنیا	ذیرہ چائے کا چمچ	پہا ہوا گرم مصالحہ	حسب ذائقہ	نمک
حسب ضرورت	ڈالڈا کوکب آئل	آدھی پیالی	نہیں	ایک کمانے کا چمچ	اورک بسن پیاز
				آدھی پیالی	فرانی کی ہوئی پیاز

ترکیبے

- ❑ قیرے کو دھو کر چھلکی میں رکھ کر خشک کر لیں پھر اس میں اورک بسن، نمک، لال مرچ، گرم مصالحہ اور فرانی کی ہوئی پیاز ڈال کر اچھی طرح ملائیں
- ❑ کڑا ہی میں آدھی پیالی ڈالڈا کوکب آئل ڈال کر گرم کریں اور اس میں تینس ڈال کر کھلی آٹھ پر بھونیں
- ❑ جب خوشبو آئے لگے تو اس میں قیر ڈال اتنی دیر بھونیں کہ تیل تلجھد ہو جائے۔ اس میں باریک کٹا ہوا ہرا دھنیا ملا کر ڈھک کر دم پر رکھادیں

پریزنٹیشن

پیاز بریگڈور میان سے کاٹیں اور اس کو اٹھانے کی طرح کھول کر اس میں قیر بھریں۔ اوپر سے پیاز کے پھسے ڈال کر اس مزیدار ڈش کو کسی بھی وقت پیش کیا جاسکتا ہے۔
 قیر کی کاؤقت: آدھا گنڈہ | پکانے کا وقت: تینس سے پچیس منٹ | افراد چار سے پانچ کے لئے



اجزاء

دو عدد	انڈے	تین کمانے کے تھچ	شش ماہی	آدھا کلو	پھولی
ایک چائے کاجی	گلابی	200 گرام	بند گوشتی	حسب ذائقہ	نک
دو کمانے کے تھچ	پلایند	تین تہ چار عدد	ثابت ال مرچ	چار عدد	لہسن کے جوئے
دو کمانے کے تھچ	ڈالڈا اور لیو آکل	ایک پیالی	کوکونٹ کریم	ایک عدد اور پیالی	پیاز

ترکیب

1. کوکونٹ کریم بنانے کے لئے ٹھن چوتھائی پیالی پیسے ہوئے ناریل کو ٹینڈر میں ڈال کر اس میں ڈھائی پیالی ایٹا، دو پیالی ڈال، دس اور اسے پانچ منٹ تک ڈھک کر رکھ دیں۔ پھر پلاینڈ کو ایک منٹ کے لئے چھلائیں۔ دو بارہ سے اس منٹ کے لئے ڈھک کر رکھ دیں پھر ایک منٹ کے لئے پلاینڈ چھالیں۔ پیالے پر ٹرل کا کپڑا رکھ کر چھی طرح اس کچھر کو با کر چھان لیں پھر پیالے میں جمع ہونے والے پانی کو ڈھک کر مات بھر کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ صبح اس پانی پر جمع ہونے والی کریم نکال لیں۔
2. بند گوشتی کے کچھ پتے علیحدہ کر لیں اور باقی کو پارک کٹ لیں، نمک ملے ایلٹے ہوئے پانی میں پھوں کو چار سے پانچ منٹ اہل کر نرم کر لیں پھر ٹھنڈے پانی میں ڈال دیں۔
3. پھول گھسنے کے پھولی کے قلوں کو صاف دھو کر چھائی میں رکھ لیں، انڈوں کو ہلکا سا چھینٹ کر رکھ لیں۔
4. پیاز، لہسن اور لال مرچوں کو کونٹ کر رکھ لیں، فراٹنگ بین میں ڈالڈا اور لیو آکل ڈال کر دو میانی آٹھ پر رکھیں اور اس میں کٹا ہوا مصالحہ ڈال کر فرانی کریں۔
5. دو سے تین منٹ فرانی کرنے کے بعد اس میں پھولی کے تھچ ڈالیں اور کھڑکی کے تھچ سے کچلے ہوئے فرانی کریں۔
6. جب پھولی کی رنگت تبدیل ہونے لگے تو اس میں چھٹی اور شش ماہی (بازار میں با آسانی دستیاب ہے) ڈال کر ملا لیں، ایک سے دو منٹ کے بعد اس میں اٹھ بے ڈال کر تھیری سے تھچ چھالیں تاکہ انڈوں کی پھلکیاں تھیں۔
7. آخر میں پارک کٹی ہوئی بند گوشتی اور کوکونٹ کریم ڈال کر اچھی طرح ملا لیں اور چوبے سے اتار لیں (ضرورت محسوس کریں تو اتارے جوئے تک شامل کر لیں)
8. چھوڑنا چھنڈا ہونے پر اس میں پارک کٹا، داہود بید ملا لیں۔

ٹھنڈے کے پیالوں میں بند گوشتی کے پھوں کو کٹائیں اور ان میں یہ کچھر بھریں، انہیں حسب پندہ گرم یا ٹھنڈا پیش کیا جا سکتا ہے۔

پکانے کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ | افراد: چار سے پانچ



ہر سے دھنیے کے ڈنھل
ایک چائے کا چمچ

دو کھانے کے چمچ

ڈالڈا اولیو آئل

ایک پیالی

دو کھانے کے چمچ

آدھا چائے کا چمچ

چوتے آٹھ عدد

کوکونٹ کریم

فیش ساس

تہنی

تازہ لال مرچوں

آدھا کلو

ایک پیالی

مسب ڈاکٹ

دو عدد درمیانی

اجزاء

پکن

تہنی کے پتے

نمک

پیاز

ترکیبے

- 1 پکن کو اسٹریٹ فریڈم کی شکل میں کاٹ لیں اور دھو کر خشک کرنے رکھ دیں۔ پیاز، تہنی کے پتے، دھنیے کے ڈنھل اور لال مرچوں کو باریک چوب کر لیں
- 2 کڑا ہی میں ڈالڈا اولیو آئل کو گرم کریں اور اس میں پیاز کو ہلکا سا نرم دولے پک فرمائی کریں
- 3 پھر اس میں تہنی کے پتے، دھنیے کے ڈنھل اور لال مرچوں کو ڈال کر فرمائی کریں اور دو سے تین منٹ کے بعد اس میں پکن، نمک اور تہنی شامل کر لیں
- 4 تیز آگ پر اتنی دیر فرمائی کریں کہ پکن کی رنگت سنہری ہو جائے۔ پھر اس میں فیش ساس اور کوکونٹ کریم ڈال کر گڑھا ہونے تک پکائیں

پریپریڈ نیٹیشز ریسنورٹس میں اس پکن کو سادہ ابلے ہوئے چاولوں یا کوکونٹ دھن کے ساتھ پیش کیا جاتا ہے۔

تاری کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ | پکالے کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ | افراد: چار سے پانچ کے لئے

READING
Section



دوسرو		سوف		ایک گار		اجزاء	
آرگی پیالی	کیو	ایک کمانے کاٹیج	بڑی لال مرچ پیسی ہرنی	حسب ذائقہ	بیٹا اسٹیک	ٹمک	ٹمک
حسب ضرورت	کیو کارس	آپک چائے کاٹیج	روز میری	چار سے چھ چوزے	لبس	ٹمک	ٹمک
	ڈالڈا اولیو آئل	آرہا چائے کاٹیج		دو چائے کے گچ	ٹمک	ٹمک	ٹمک

ترکیبے

1. گائے کے گوشت کے پارے لے کر صاف دھو کر خشک کر لیں۔ کالی مرچ اور سوف کو پیس لیں اور اس کے روغنہ کر لیں
2. کالی مرچ کے ایک حصے میں ٹمک مالیں اور دوسرے حصے میں پکا ایو ایو ہنس روز میری اور دو کمانے کے ٹیج ڈالڈا اولیو آئل ڈال کر اچھی طرح ملا لیں۔ پھر اس میں لال مرچ اور
3. کیو کارس تھوڑا تھوڑا کر کے ملا لیں
4. ڈالڈا اولیو آئل والے کپڑے کو پاروں کے دونوں طرف اچھی طرح مل دیں اور تھوڑے وقفے سے کانٹے سے گولیں
5. انیرو ٹمک ڈبے میں بند کر کے دو گھنٹے کے لئے فریج میں رکھ دیں تاکہ ہمالے اچھی طرح اندر تک رچ جائے
6. پھر پاروں کو ہمالے سے نکال کر علیحدہ پلیٹر میں رکھ لیں۔ گرل بین کور میانی آٹیج پر آٹیج سے دس منٹ گرم کریں اور اس پر برش کی مدد سے ڈالڈا اولیو آئل لگا دیں
7. کالی مرچ اور سوف کے دوسرے حصے کو پاروں پر چھڑکیں اور ان کو گرم کئے ہوئے گرل بین پر تیز آٹیج پر رکھ دیں
8. ایک طرف سے آٹیج دیر پکا لیں کہ گوشت کی رنگت تبدیل ہو جائے (چار سے پانچ منٹ) پھر پلیٹ کو دوسری طرف سے پکا لیں
9. کیونوں کو درمیان سے کاٹ لیں اور ان پر ڈالڈا اولیو آئل لگا کر آٹمیں گرم گرل بین پر تھوڑی دیر رکھیں کہ کیونوں اچھی طرح گرم ہو جائے اور شرنے کی خوشبودار آئیجے تو گرل بین سے ہٹا لیں



پریپریڈیشن سے تیار کئے ہوئے اسٹیک کو پانچ سے سات منٹ خندے کر کے حسب پسند کاٹیں اور ان پر گرم گرم کیونوں کا دس پنچرک کر کے ڈال دئے تو ان کے ساتھ ڈیش کریں۔

پکانے کے مخصوص وقت (پہیلے کے پچھلے حصے) کے گوشت سے ہٹا لیا جاتا ہے۔



اجزاء	
پھلی کے تیلے	ایک کلو
آلو	تین عدد
نمک	حسب ذائقہ
خشک لہسن کا پاؤڈر	ایک چائے کا چمچ
سیدہ	کالی مرچ گدڑی پس ہوئی
زطل روئی کا چورا	ایک کھانے کا چمچ
ذالداں نکلا اور آٹل	تین سے چار تیلے
حسب ضرورت	پارکھانے کے بیج
حسب ضرورت	اناس کا رس

ترکیبے

1. پھیلے ہوئے پلیٹر میں اناس کا رس نمک، ایک چائے کا کالی مرچ اور آدھا چائے کا چمچ لہسن کا پاؤڈر ڈال کر کانٹے سے پھینٹ لیں
2. اس کچھر میں پھلی کے تیلے کے ساتھ ہونے والی تیلوں کو پیس کر بڑھ چھڑکی ہوئی ٹرے میں رکھ کر فریج میں رکھ دیں
3. چھلے ہوئے کش کے ہوئے آلوں میں نمک، کالی مرچ اور لہسن کا پاؤڈر ملا لیں
4. پھلی کے تیلوں کو پیس کر اچھی طرح سے کش کے ہوئے آلوؤں سے لپیٹ لیں
5. پھر ان پر خشک سیدہ چھڑک کر انہیں زطل روئی کے پورے میں رول کر لیں اور فریج میں دو روز یا تین آج پڑا ذالداں نکلا اور آٹل میں سنہری ہونے تک فریجی کر لیں

پیریزنٹیشن

اس پیریزنٹیشن کو فرات سا اور یا اناس کے تیلوں کے ساتھ اٹھوائے کریں۔

فریج کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ | افراد: پانچ سے چھ کے لئے



اجزاء

پار کھانے کے کچے	روٹی	ایک کھانے کچے	پہلی لال مرچ	آدھی پیالی	موٹے کی دلی دال
آدھی پیالی	فریش کریم	آدھا پائے کچے	بندک	ایک پیالی	سیر کی دال
نہن سے چاہتہ	بری سرچیس	ایک چائے کچے	پہا ہوا ہنیا	حسب ذائقہ	ٹک
چار سے چوکھانے کے کچے	ڈالڈا کنولا آکل	ایک چائے کچے	زیرہ پسا ہوا	ایک کھانے کچے	ارک بسن پسا ہوا
				ایک عدد درمیانی	یا ز (باریک کنی ہوئی)

تولیبے

- گرم پانی میں بھانڈا کر رکھی ہوئی دالوں میں دو کھانے کے کچے ڈالڈا کنولا آکل اور ہلدی ڈال کر ابالنے دیکھ دیں
- جب دال گھنے پر آجائے تو ڈالڈا کنولا آکل میں پیاز کو ٹھہری فریٹی کریں اور اس میں اردک بسن، ٹنگ، لال مرچ اور زیرہ اور روٹی ڈال کر اچھی طرح بھونیں
- پھر اس مصالحے کو دال میں ڈال کر مائیں اور آدھی پیالی پانی شامل کر کے کچی کچے پر رکھ دیں
- بری سرچیس کو تیس تیر کریم میں مائیں اور دال میں شامل کر کے کچی کچے پر رکھ دیں

پیرسیر ٹیٹیشن فری گرم گرم دال کو دوش میں نکال کر حسب پسند روٹی یا پادری کے ساتھ چیش کریں۔

تیاری کا وقت: جس سے پندرہ منٹ | پکانے کا وقت: جس سے پچیس منٹ | افراد چار سے پانچ کے لئے



اجزاء

ایک کمانے کاٹیج	لیبوں کا رس	ایک چائے کاٹیج	پنکین پاؤڈر	دو عدد	پکین بریسٹ
ایک کمانے کاٹیج	تازہ پارسلے	ایک چائے کاٹیج	کالی مرچ گدڑی ہسی ہوئی	حسب ذائقہ	ٹمک
دو کمانے کاٹیج	مازہرین پاکھن	ایک چائے	پنچی	ایک کمانے کاٹیج	پیارو آہن
حسب ضرورت	ڈالڈا کوکگ آئل	حسب ضرورت	میدہ	100 گرام	پالک
		ایک کمانے کاٹیج	سرک	آٹھ سے دس عدد	شرواز

ترکیبے

1. پالک کو بلائج کر کے چوپ کریں اور ایک چائے کے ٹیچ مارجرین یا کھن میں پانی خشک ہونے تک بھونیں اور آدھا چائے کاٹیج کالی مرچ چمڑک کر ہڈے سے اتار لیں۔

2. پکین بریسٹ کو دو میاں سے دو حصوں میں کر کے پلاسٹک شیٹ میں رکھ کر کچل کر چھپا کر لیں۔ کالی مرچ اور ٹمک چمڑک کر ایک حصے پر پالک کا کچھ رکھ کر اسے پکین کے دوسرے حصے سے بند کر دیں اور اچھی طرح خشک مینڈ سے دھو کر لیں۔

3. فرائینگ چین میں مارجرین یا کھن میں دو کمانے کے ٹیچ ڈالڈا کوکگ آئل ملا کر گرم کریں اور اس میں پکین بریسٹ کو سنہری فرائی کر کے نکال لیں۔

4. اسی فرائینگ چین میں دو کمانے کے ٹیچ ڈالڈا کوکگ آئل میں آہن کو فرائی کریں پھر پنچی، ٹمک، سرک، لیبوں کا رس اور باریک چوپ کئے ہوئے شرواز ڈال کر پکا کر ساس بنالیں۔

5. گاڑھا ہونے پر اس میں فرائی کیا ہوا پنکین ڈال کر چار سے پانچ منٹ پکائیں اور پنکین کو نکال کر ٹیبلٹ میں رکھ دیں۔

6. فرائینگ چین میں باریک کمانا پارسلے اور پنکین پاؤڈر ڈال کر دو سے تین منٹ مزید پکائیں۔

7. تیار کئے ہوئے پکین بریسٹ پر گرم گرم ساس ڈال کر پیش کریں۔

تیاری کا وقت: تیس سے پچیس منٹ | پکانے کا وقت: پندرہ سے بیس منٹ | افراد دو سے تین کے لئے



اجزاء	
نیریں	دس سے بارہ عدد
نمک	حسب ذائقہ
اورک لسن پھاہوا	دو کمانے کے کچھ
پیاز	دو عدد
دہی	آدھی پیالی
ثابت لال مرچیں	آٹھ سے دس عدد
ثابت دھنیا	ایک کمانے کا کچھ
مفید زبرد	ایک کمانے کا کچھ
ثابت گرم مصالحہ	ایک کمانے کا کچھ
پھاہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا کچھ
ڈالٹا VTF بنا ہتی	آدھی پیالی

ترکیبے

- ☐ نیروں کو صاف کر کے دھو لیں، ہان پر نمک اور اورک لسن مل کر رکھ دیں۔ بیٹھے ہو اور دھنیا زبرد اور ال مرچوں کی پیاز کے ساتھ چوس لیں
- ☐ ہین میں ڈالٹا VTF بنا ہتی میں نیروں کو سنہری فرائی کر کے کال لیں
- ☐ اسی ہین میں ثابت گرم مصالحہ ڈال کر کرا لیں اور پسین ہوئی مصالحہ ملی ہوئی پیاز کو بھونیں
- ☐ جب پیاز سنہری ہونے پر آجائے تو اس میں فرائی کی ہوئی نیریں ڈال کر لائیں اور پستلی ہوئی دہی ڈال کر اٹکی آٹھ پر پکتے رکھ دیں
- ☐ جب نیریں گٹنے پر آجائے تو ہانگسا بھون کر پھاہوا گرم مصالحہ پتھرک کر لگی آٹھ پر دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن

اس پتھرکے ساتھ سے جانی گئی نیروں کو نان یا شیر مال کے ساتھ انجوائے کریں۔

پکانے کا وقت: چالیس سے پینتالیس منٹ | افراد: چار سے پانچ کے لئے

READING Section



اجزاء	
پکن	آدھا کلو
پنے کی دال	آدھی پیالی
نمک	حسب ذائقہ
ادریک	دو اونچے کانگڑا
اسہن کے جوئے	چار سے چھ عدد
پیاز	ایک عدد
تین ت چار عدد	تین ت چار عدد
دو کھانے کے کچے	دو کھانے کے کچے
ایک کھانے کا کچھ	ایک کھانے کا کچھ
ایک چائے کا کچھ	ایک چائے کا کچھ
مٹھی دانہ	مٹھی دانہ
کئی، دوئی کالی مرچ	کئی، دوئی کالی مرچ
بڑی بڑی مرچیں	بڑی بڑی مرچیں
ہر ادھیا	ہر ادھیا
ڈالڈا VTF ماہیتی	ڈالڈا VTF ماہیتی
چند دانے	چند دانے
آدھا چائے کا کچھ	آدھا چائے کا کچھ
تین ت چار عدد	تین ت چار عدد
آدھی گھی	آدھی گھی
چار کھانے کے کچھ	چار کھانے کے کچھ

ترکیبے

1. دھو کر گرم پانی میں بھنکو کر رکھی ہوئی دال میں ہلدی اور ایک چائے کا کچھ ڈالڈا VTF ماہیتی ڈال کر ابال لیں۔
 2. کڑائی میں ڈالڈا VTF ماہیتی میں مٹھی دانہ اور زہیرہ ڈال کر کڑا لیں، اور پیاز کو نرم ہونے تک فرائی کریں۔
 3. پھر کچلا ہو اسہن (چار کھانے کے کچھ پانی کے ساتھ) اور ثابت لٹا کر ڈال کر ڈھک دیں۔
 4. جب لٹا رادھ گئے ہو جائے تو اس میں نمک اور لال مرچ ڈال دیں اور اسے اتنی دیر بھونیں کہ لٹا کا پیسٹ بن جائے۔ پھر پکن ڈال کر تیز آگ پر اتنی دیر بھونیں کہ گھی ٹھیک ہو جائے۔
 5. پھر اس میں دال کو ایک چوتھائی پیالی پانی کے ساتھ پیسٹ کر ڈالیں اور ڈھک کر رکھ دیں۔
 6. جب پکن گھٹنے پر آ جائے اور دال مکمل طور پر گل جائے تو دونوں کو ابالیں اور بڑی مرچیں، باریک کٹی ہوئی ادریک، ہر ادھیا اور کالی مرچ ڈال کر دم پر رکھ دیں۔
 7. اس مندر ذکر ہونے والی کوڈش میں گرم گرم نکال کر نان یا روٹی کے ساتھ پیش کریں۔

تجاری کا وقت: آدھا گھنٹہ | پکانے کا وقت: آدھا گھنٹہ | افراد: تین سے چار کے لئے



اجزاء

ایک کھانے کا کچھ	سوف	دو کھانے کے کچھ	ثابت گرم مصالحہ	چھوٹے اٹھ عدد	بکرنے کے پائے
ایک پیالی	دہن	ایک پائے کا کچھ	سفید مرچ کٹی ہوئی	حسب ذائقہ	نمک
حسب ضرورت	بڑی مرچیں	اوسا پائے کا کچھ	کالی مرچ کٹی ہوئی	ایک عدد پھولی	مہسن کی پونجی
حسب پسند	پوینہ	ایک کھانے کا کچھ	سفید زرد	دو کچھ کا کھڑا	اورک
آدھی پیالی	ڈالڈا کوکب آئل	دو کھانے کے کچھ	ثابت و خنبا	چار عدد	بیاز

ترکیبے

- ۱۵۱ پالیوں کو صاف دھو لیں (اس کے لئے ان پر ٹھنک آنا مال کر دیں منہ رکھیں پھر سادے پانی سے انہی طرح دھو لیں)۔ دو پیاز کو بھی ٹوٹ لیں
- ۱۵۲ صاف ستھرے مٹل کے کپڑے میں چھٹکے سپت مہسن کی پونجی (اوپری طرح دھو کر)، دو پیاز سوئی گئی ہوئی، ثابت گرم مصالحہ، سوف اور دہن پیاز ڈال کر پوٹی بنا لیں
- ۱۵۳ پالیوں کو پین میں اچھٹے ہوئے پانی میں ڈالیں اور اوپر آنے والا جھاگ نکال لیں، پھر اس میں نمک اور مصالحے کی پوٹی ڈال کر پوٹی کچھ پرائی، پھر پکا لیں کہ پائے مکمل مٹل پائے
- ۱۵۴ ٹیبلہ دھین میں ڈالڈا کوکب آئل میں پانی پوٹی بیاز ڈال کر شہری، دہنے تک فرمائی کریں۔ پھر اس میں پیاز، اورک، کالی مرچ، سفید مرچ، تینیا سے چار چوبک کی ہوئی بڑی مرچیں اور دہن ڈال کر اچھی طرح بھونیں
- ۱۵۵ جب ٹیل ٹیبلہ دہنے لگے تو اس میں پائے ڈال کر بھونیں اور اس میں پونجی ڈال دیں، اس میں سے مصالحے کی پوٹی اچھی طرح پھیر ڈال لیں
- ۱۵۶ پھانہ اور کٹا ہوا زرد، بار یک کٹی ہوئی اورک اور پوینہ ڈال کر پوٹی کچھ پدم پر رکھیں

پہر پزیشنیشن اس منفرہ دوش کو گرم گرم کارک نان کے ساتھ پیش کریں۔

پکوانے کا وقت: دو سے تین گھنٹے | افراد: پانچ سے چھ کے لئے

Section



اجزاء

آدھا جانے کا ٹیج	جانگل	ایک عدد	بیاز (باریکہ کنی دوتی)	آدھا ٹلو	انڈر کٹ ہینٹ
ایک پائے کا ٹیج	تازہ پادھلے	ایک چائے کا ٹیج	کالی مرچ گدری ہنسی دوتی	حسب ذائقہ	نمک
چار کھانے کے ٹیج	مارجرین یا مکھن	آدھا پائے کا ٹیج	سفید مرچ ہنسی ہوتی	آدھا پائے کا ٹیج	خنگ اوس کا پاؤڈر
دو کھانے کے ٹیج	ڈالڈا کوکنگ آئل	ایک چابی	سار کریم	دس سے بارہ عدد	شرور (ہر ایک کٹے ہوئے)

ترکیبے

1. چوبیس گرام نمک کے آدھے دو کھانے کے ٹیج مارچ، تین یا مکھن اور ایک کھانے کا ٹیج ڈالڈا کوکنگ آئل میں گوشت کی دونوں کو ڈال کر ان پر نمک اور کالی مرچ چھڑکیں اور نیو آٹیج پر سنہری فرانی کر کے نکال لیں
2. پھر اسی تین میں پیاز کو پکے سا فرانی کر کے گوشت کے ساتھ ہی نکال لیں۔ اسی تین میں مارجرین یا مکھن اور ڈالڈا کوکنگ آئل ڈالیں اور اس میں شرور مزو پانچ سے سات منٹ فرانی کریں، ساتھ ہی باکس نمک اور سفید مرچ چھڑک لیں
3. آخر میں اس پر پیاز اور جانگل چھڑک لیں اور آٹیج بکلی کر کے سار کریم ڈال دیں۔ گرمی کو احتیاط سے بکلی آٹیج پر پکائیں اور جب وہ گرم ہونے پر تباہے (اٹھنے پر نہیں) تو ان میں فرانی کر کے رکھا، دا گوشت اور پیاز شامل کریں
4. آٹھیں طرح لیا کر چوبیس سے انا دو لیس اور باؤیک کٹنا ساتا تازہ پارسلے چھڑک دیں

پریزنٹیشن: اس منفرد ڈش ہر گرم گرم اپنی ہوتی ہے، یعنی آپکے سین یا چاچا دلوں کے ساتھ پیش کریں۔

تاری کا وقت: ہندو سے تیس منٹ | پکانے کا وقت: تیس سے پچیس منٹ | افراد: تین سے چار کے لئے



اجزاء

تین سے چار عدد	ٹماہٹ لال مرچیں	دو عدد	نماز	آدھا کلو	نہن (نہیر بڑی کی تھوٹی بوئیاں)
حسب ضرورت	سو سے کی پیٹیاں	ایک کمانے کاٹیج	تلی ہوئی لال مرچ	ایک پکٹ	ایک ٹوڈل (اے بی ڈوے)
چار سے چھ عدد	ہری مرچیں	دو کمانے کے کٹیج	نہن	حسب ذائقہ	ٹمک
آدھی گنسی	ہرا دھنیا	دو پیٹیاں	کوکونٹ ملک	ایک پائے کاٹیج	اورک پساوا
حسب پسند	کڑی پتے	ایک پائے کاٹیج	ہلدی	حسب پسند	ٹماہٹ پس
حسب ضرورت	ڈالٹا کنولا آئل	ایک پائے کاٹیج	بھنا ہوا سفید زیرہ	ایک عدد	پیاز

ترکیبے

دو کمانے کے کٹیج ڈالٹا کنولا آئل میں پیاز کو فرائی کریں، اس میں ٹمک، اورک، ال مرچ، زیرہ اور چکن کی بوئیاں ڈال کر جوئیں
 پھر اس میں نماز اور تھوڑا سا کڑی پتے ڈال کر بلی آٹیج پر دم پر رکھ دیں۔ چکن اچھی طرح گل جائے تو ہون کر چہرے سے اتار لیں
 نہن کو چھان کر کوکونٹ ملک میں ملائیں اور اس میں ہلدی اور کئی ہوئی ہری مرچیں ڈال کر بلی آٹیج پر اتنی دیر پکائیں کہ تھوڑی سی گاڑھی کڑھی بن جائے۔ تین سے چار کمانے کے کٹیج ڈالٹا کنولا آئل میں باریک کٹا ہوا نہن، بڑی پتے اور لال مرچیں ڈال کر کڑھائیں اور کڑھی پر ڈال کر اس میں ٹمک شامل کر لیں

پیرسز نشینتھیج

اس خاص پیرسز ڈش کو پیش کرنے کے لئے بڑے پلیٹر میں ایلے ہوئے نو ڈز پھیلا کر رکھیں اور اس پر بھنا ہوا چکن ڈال دیں۔ ساتھ میں کوکونٹ کو بھی کوٹھیرہ پالے میں نکالیں اور ساتھ ساتھ فرائی کیا ہوا نہن، سو سے کی پیٹیاں اور باریک کٹی ہوئی ہری مرچیں اور ہرا دھنیا رکھ کر پیش کریں۔

پکانے کا وقت: آدھا گھنٹہ | افراد: پانچ سے چھ کے لئے





مخمر ایک روٹ روڈ پیپرساں

اجزاء

دو کھانے کے چمچ	سرکہ	ایک عدد	پیاز	ڈیڑھ سے دو کچھو	کمرے کی ران
تین کھانے کے چمچ	مارجرین یا مکھن	ایک کھانے کا چمچ	مسوری	حسب ذائقہ	نمک
دو کھانے کے چمچ	ڈالڈا کوکٹ آئل	ایک کھانے کا چمچ	قلمی شورہ	تین اٹیچ کا کٹڑا	اورک
		دو کھانے کے چمچ	میدہ	آٹھ سے دس جوئے	لہسن

ترکیبے

- 1. کمرے کی ران کو دو کمرے میں دو ذوں طرف گہرے کٹ رکھ لیں۔ دو اٹیچ کے اورک کے ککڑے اور چھ جوئے لہسن کو کھل لیں اور اس کے ساتھ ڈالڈا کوکٹ آئل، نمک، قلمی شورہ اور مسوری ملائیں
- 2. اسے ران پر اچھی طرح لگا کر اتنی دیر رکھیں کہ گوشت کا پنا پانی نکلنے لگے۔ پھر اسے درمیانی آٹیچ پر پکاتے ہوئے آٹیچ لگی کر دیں
- 3. جب ران اچھی طرح کھل جائے اور آٹھی پیالی بنتی رہ جائے تو اسے پیمانہ کرا لنگ نکال لیں اور ران کوڑے میں رکھ لیں
- 4. فرائیگ ڈین میں مارجرین یا مکھن کو ہلکا سا پھینا لیں، اس میں چوپ کی ہوئی پیاز کو کٹڑی کر کے اس میں پکھا، دو اورک لہسن اور کالی مرچ ڈال کر فرمائی کریں
- 5. اس میں میدہ ڈالتے ہوئے بھونیں، پھر ران کی پٹی ہوئی پٹنی ڈالتے ہوئے ہلکا سا گاڑھا، نوے تک پکائیں اور سرکہ ڈال کر چولہے سے اتار لیں

پریزنٹیشن

گرم گرم سا کورڈسٹ ران پر ڈالیں اور فرمائی کئے ہوئے آلو یا حسب پسند سبز یوں کے ساتھ پیش کریں۔

تیار کیا وقت: ایک گھنٹہ | پکانے کا وقت: ایک گھنٹہ | افراد اچھ سے سات کے لئے

READING
Section





اجزاء

دو سے تین عدد	نائر	دو عدد درہمائی	پیاز	آدھا کلو	نیر
آدھا چائے کانچ	پسا ہوا گرم مصالحہ	آدھا چائے کانچ	بلڈی	دو پیالی	ماش کی ڈال
حسب پسند	ہری مرچیں اور ہرا دھنیا	ڈیزہ چائے کانچ	پس ہوئی لال مرچ	حسب ذائقہ	ٹمک
حسب ضرورت	ڈالڈا کنولا آئل	ایک چائے کانچ	دھنیا پسا ہوا	ایک چائے کانچ	ادک بسن چاہوا

ترکیبے

- 1) کوفتے بنانے کے لئے بار یک پے ہوئے تھے میں تین جوئے بسن، ٹمک، ایک پیاز، دو کھانے کے چمچ تلی ہوئی پیاز، ایک چائے کانچ لال مرچ، دو کھانے کے چمچ بٹنے ہوئے چنے، دو کھانے کے چمچ پسا ہوا نائر، چھ سے آٹھ بادام، تین سے چار ہری مرچیں، دو کھانے کے چمچ ہرا دھنیا اور تین عدد ڈالڈی روٹی کے سلاسز ڈال کر چار میں بار یک بسن بسن پھر کچلے ہاتھ سے چھوٹے چھوٹے کوفتے بنائیں اور فریج میں رکھنے کے بعد کرشمیں ڈالڈا کنولا آئل میں سنہری فرائی کر لیں
- 2) ماش کی ڈال کو دو گریس سے بیچوں منٹ جھلک کر رکھیں پھر اس میں ہلدی اور دو کھانے کے چمچ ڈالڈا کنولا آئل ڈال کر بال بسن (اس طرح کہ ڈال تکمیل طور پر گل جائیں اور کھلی کھلی رہے
- 3) بسن میں ڈالڈا کنولا آئل میں پیاز کو سنہری فرائی کر لیں اور اس میں ادک بسن، ٹمک، لال مرچ، دھنیا اور ڈالڈا کنولا آئل کرا بھی طرح جھونیں
- 4) اس میں ڈال اور کوفتے ڈال کر ملائیں اور ایک چمچ تائی پیانی پانی اور بار یک کٹا ادا ہرا مصالحہ ڈال کر دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن اس مزیدار ڈش کو گھر کی نئی ہوئی چائوں اور چاؤ کے ساتھ پیش کریں۔

پکانے کا وقت: چالیس سے پینتالیس منٹ | افراد پانچ سے چھ کے لئے



اجزاء

چکن	آدھا کلو	کریمی پاؤڈر	ایک کھانے کالج	ہر ادھیا	حسب پسند
نک	حسب ذائقہ	تھنی	آدھی پیالی	تازہ لال مرچیں	تین سے چار عدد
اورنگ لہسن پساوا	ایک کھانے کالج	کوکوٹ ملک	ایک پیالی	ڈالڈا کوٹک آئل	چار کھانے کے کالج
پیاز	ایک عدد	بادام	آدھی پیالی		

ترکیبے

1. چمن لیں ڈالڈا کوٹک آئل کو گرم کریں اور اس میں باریک چوپ کی ہوئی پیاز کو نرم ہونے تک فرائی کریں
2. پھر اس میں اورنگ لہسن اور چکن ڈال کر درمیانی آگ پر ڈھک دیں، جب چکن کا اپنا پانی خشک ہونے پر آجائے تو اس میں کریمی پاؤڈر ڈال کر اچھی طرح بھجھیں
3. بادام کو کوٹک الٹ کے ساتھ بلینڈ کر لیں اور چکن میں ڈال کر ہلکی آگ پر پکے رکھ دیں
4. دس سے پندرہ منٹ بعد جب چکن گل جائے تو باریک کٹا ہوا ادھیا اور لالی مرچیں ڈال کر ہلکی آگ پر دم پر رکھ دیں

پریزنٹیشن

ڈش میں نکال کر اس جھت پت بننے والی ڈش کو نان یا شیرمال کے ساتھ پیش کریں۔

تیاری کا وقت: دس سے پندرہ منٹ | پکانے کا وقت: آدھا گھنٹہ | افراد: تین سے چار کے لئے



اجزاء

ایک کمانے کا چمچ	سفید زیرہ	ذریعہ پیال	دہی	تین سے چار عدد	چکن بریسٹ
حسب ضرورت	ذالدا کوکنگ آئل	ذریعہ کمانے کا چمچ	کئی ہوئی لال مرچیں	حسب ذائقہ	نمک
		ایک کمانے کا چمچ	ٹاپت دھنیا	دو کمانے کے چمچ	پہاڑا ماہسن

ترکیبے

❑ چکن بریسٹ کے دونوں طرف سے گبرے کٹ لگائیں۔ دہی میں لہسن، نمک، الال مرچ، بھنا ہوا دھنیا اور زیرہ ڈال کر ہلکا سا پیسٹ لیں اور اس میں چکن بریسٹ ڈال کر آدھے گھنٹے لئے فریج میں رکھ دیں

❑ اودن کو 180°C پر گرم کر لیں اور ہیلک ٹرے میں ذالدا کوکنگ آئل لگا کر اس میں چکن بریسٹ کو دہی سے نکال کر رکھ دیں

❑ تیس سے چوبیس منٹ کے لئے بیک کر لیں، درمیان میں ایک مرتبہ پلٹ دیں تاکہ دوسری طرف سے بھی اچھی طرح بیک ہو جائے

❑ اودن سے نکال کر چکن کو فرائینگ پیپ میں ڈالیں (اس میں دو کمانے کے چمچ ذالدا کوکنگ آئل لگا کر گرم کر لیں) اور اودن پر سے مہلا لٹا ہوا دہی ڈال کر دم پر رکھ دیں

پیریزنٹیشن

دس سے بارہ منٹ بعد گرم گرم ڈش میں نکال کر اس منفرد ڈش کو انجوائے کریں۔

تیار ی کا وقت: آدھا گھنٹہ | بیکنگ کا وقت: آدھا گھنٹہ | افراد: چار سے پانچ کے لئے



اجزاء

میدہ
انڈے

ذریعہ چھانی
تین سے چار عدد

چینی

زالذا کوکنگ آئل

ذریعہ چھانی

ایک چھانی

ترکیبے

- میدہ کو درجہ حرارت چھان کر رکھ لیں۔ انڈے کی سفیدی کو طحہ کر کے اٹھی طرح سخت ہونے تک چھینیں پھر اس میں زوری ملا کر پیسٹ لیں
- چینی اور زالذا کوکنگ آئل کو ملا کر پیسٹ لیں اور اس میں انڈے اور میدہ ڈال کر بیک کر لیں اسپرے پر چھان کر پیسٹ لیں
- اوون کو تین منٹ پہلے 180°C پر گرم کر لیں، چھوٹے سائز کے حسب پسند کپ کے کپ ایک ہانے والے سائزوں میں بکاسا زالذا کوکنگ آئل ڈالیں۔ ایک کے تیار شدہ کپ کو اس میں ڈال کر بیک کرنے رکھ دیں
- تین سے چھ تین منٹ تک بیک کر کے اوون سے نکال لیں اور ٹھنڈا کرنے رکھ دیں

اتنا چھینیں کہ وہ سخت ہو جائے۔ پھر اس میں تھوڑی تھوڑی کر کے ذریعہ چھانی ہوتی چینی ڈالیں اور چھینیں جائیں۔ جب چینی مکمل طور پر کس ہو جائے تو اس آئسنگ کو ایئر ٹائٹ ڈبے میں بند کر کے رکھ دیں۔

کریم جیز فرا اسٹنگ بنانے کے لئے:
تین کھانے کے کچھ کریم چیز میں دو کھانے کے کچھ مکھن اور تھوڑا سا لیٹوں کا کش کیا ہوا پھلکا ڈال کر ایکٹرک بیٹر سے چھینیں، پھر اس میں تھوڑی تھوڑی کر کے ایک چھانی ہوتی چینی شامل کر دیں۔ اس آئسنگ کو دو سے تین دن تک فریج میں محفوظ رکھی جا سکتا ہے۔

بٹر کریم آئسنگ بنانے کے لئے:
ایک چھانی مکھن کو پیالے میں ڈال کر ایکٹرک بیٹر سے اتنی دیر چھینیں کہ اس کی رنگت سفید ہونے پر آ جائے۔ پھر ذریعہ چھانی چینی کو چھان کر چھان لیں اور اس میں سے آدھی مقدار مکھن میں ڈال کر ایک کھانے کا کچھ دوڑھ شامل کر کے چھیننے جائیں۔ جب وہ اٹھی طرح کس ہو جائے تو بقیہ چینی اور مزید ایک کھانے کا کچھ دوڑھ ڈالتے اور بقیہ چھینیں۔ حسب پسند ایک سے دو قطرے فوڈ کالر کے شامل کر لیں۔

پریزنٹیشن

کپ ایک کو سادہ ایک کے طریقے سے بنا لیا جاتا ہے لیکن اس کی ناس چیز جس کی وجہ سے یہ ساری دنیا میں مقبول ہوتے ہیں وہ ان کی آئسنگ یا فراسٹنگ ہوتی ہے۔ اسی لئے یہاں آپ کی ہولت اور پسند کے مطابق مختلف آئسنگ کے طریقے پیش کئے جا رہے ہیں۔

رائل آئسنگ بنانے کے لئے:
ایک کپ چینی کی سفیدی میں دو چائے کے کچھ لیٹوں کا کس ڈال کر ایکٹرک بیٹر کی مدد سے



اجزاء

سیدہ	تھن پیالی	ہنسی	ایک چمقہائی پیالی	انڈے	140g
نمک	ڈیڑ چمچے کانسچ	شہد	دو کھانے کے چمچ	سفیدل	دو کھانے کے چمچ
شکد دودھ کا پاؤڈر	دو کھانے کے چمچ	شکد خمیر	ڈیڑ چمچے کانسچ	ڈالڈا کوکگ آئل	آدھی پیالی

ترکیبے

- سیدے میں ایک چمچے کانسچ تھن پیالی، نمک، دودھ کا پاؤڈر، خمیر، ایک انڈا اور ڈالڈا کوکگ آئل ڈال کر اچھی طرح ملائیں
- پھر تھوڑا تھوڑا کر کے نیم گرم پانی ڈال کر نرم کوندھ لیس اور ڈھک کر گرم جگہ پر رکھ دیں۔ جب اچھی طرح پھول جائے تو اس کو دوبارہ کوندھ کھانے کے ایک سائز کے گول پیڑے بنا لیں اور آٹھس پکائی کی ہوئی گول بیکنگ ٹرے میں ساتھ ساتھ رکھ دیں
- لیکن اول سے ڈھک کر گرم جگہ پر رکھ دیں، پھر اس پر برش کی مدد سے انڈے کی زردی لگا دیں۔ گرم ادون میں 180°C پر بیس سے پچیس منٹ کے لئے بیک کر لیں
- بریڈ کو سہری ہونے پر ادون سے نکالیں اور گرم گرم بریڈ پر (پھینی اور شہد کو ملا کر پکایا ہوا) شیرہ ڈال کر اٹل چھڑک دیں

پریزنٹیشن

یہ غذا ایست سے مہر پر خوشنما بریڈ تھن اور بڑوں روٹوں کو بھانے گی۔

تیار کی کا وقت: ایک گھنٹہ | بیک کا وقت: بیس سے پچیس منٹ | افراد: پانچ سے چھ کے لئے



اجزاء

اسٹرابیری	نمن سے پار عدد	سوفٹ ڈرنک	ایک عدد بھونٹی	پود بن	دو کھانے کے بیج
اسٹرابیری چیلی	ایک پیکٹ	چینی	دو کھانے کے بیج	کئی ہوئی برف	حسب پسند

ترکیبے

- ۱) ایک پیالہ ایلٹے ہوئے گرم پانی میں اسٹرابیری چیلی ڈال کر اٹھنی طرح ملائیں پھر اس میں ایک پیالی سادہ پانی ملا کر رکھ لیں
- ۲) بیٹنر میں مساف دہلی ہوئی اسٹرابیری، چینی اور پودینہ ڈال کر بیٹنڈ کریں۔ ساتھ ہی تیار کی ہوئی چیلی بھی شامل کرنے جائیں
- ۳) آخر میں اس میں سوفٹ ڈرنک اور کئی ہوئی برف ڈال کر بیٹنڈ کر لیں

پیریزنٹیشن

خوبصورت سے گھاسوں میں نکال کر اسی وقت اس ہنڈی فرحت بخش ڈرنک کا لطف اٹھائیں۔
نیاری کا وقت: دس سے بارہ منٹ | افراد: تین سے چار کے لئے



اجزاء

دودھ	ایک لیٹر	چھوٹی الائچی	دو سے تین عدد
دہی	ایک پيال	مرق گلاب	چند قطرے
بہنی	ذریعہ پانی		

ترکیب

- 1 دس گلے بنانے کے لئے سب سے پہلے تازہ دودھ سے پھیرنا لیں، اس کے لئے صاف سترے بہنی میں دودھ کو ہالے رکھیں اور ہال آنے پر اس میں دہی چھینت کر ڈال دیں
- 2 تیز آگ پر دودھ کو ہالیں اور پانی علیحدہ کرنے پر چولہے سے اتار کر اس میں دو سے تین بہانی خٹنڈا پانی ڈال دیں
- 3 پانچ سے سات منٹ خٹنڈی جگہ پر رکھا کر جب ٹھیل خٹنڈا ہو جائے تو اسے ٹھیل کے کپڑے میں ڈال کر لٹکا دیں
- 4 ایسی طرح دو دن ہاتھوں سے دبا دبا کر پانی چھوڑ لیں اور جب پھیرا ایسی طرح خشک ہو جائے تو اسے عموماً پنج پر رکھا کر ہتھیلیوں سے گوندھیں
- 5 انی دو گوندھیں کہ پھیر کا دانہ ختم ہو جائے، پھر اس کے چھوٹے چھوٹے گولے بنا لیں
- 6 چینی میں زخمائی پانی پانی ڈال کر گھمیل لیں اور اس میں الائچی ہیں کر ڈالیں۔ دو میانی آگ پر پکے رکھ دیں
- 7 جب شیرے کو ہال آجائے تو اس میں بنا رکھنے ہوئے شیرے کے گولے ڈال کر ڈھک دیں اور درمیانی آگ پر پکا لیں
- 8 درمیان میں ہر دو سے تین منٹ بعد چٹکن کھول دیں تاکہ ہال بہنی سے باہر نہا جائے۔ دس سے بارہ منٹ پکاتے ہوئے دس گھے پھول جائے تو چولہے سے اتار کر مرق گلاب ڈال دیں

خاص واقعہ پر گھر میں بننے والے صاف سترے دس گلوں کو خٹنڈا کر کے پیش کریں۔



شہد دو کھانے کے کچج
دار چینی بسی ہوئی آدھا چائے کا کچج
الڈا کوکٹ آئل ایک کھانے کا کچج

کنڈینسڈ مٹک آدھی پیال
چینی دو کھانے کے کچج
جیلٹن پاڈار دو کھانے کے کچج
سادے بسکٹ 100 گرام

دو تین عدد کینو
ایک پیالی کالج چیز
ایک پیالی فریش کریم
آدھی پیالی دی

ترکیبے

- 1 بسکٹ کو گرائنڈ کر میں ڈال کر یا بیٹن کی مدد سے ہارڈیک چروا کر لیں۔ پھر چین میں ڈال کر اس میں شہد اور دار چینی شامل کریں اور ہلکی آگ پر دیکھیں تاکہ بسکٹ کا پورا اچھی طرح شہد کے ساتھ مل جائے۔
- 2 بیٹنگ چین میں ہنر سے اس طرح لگائیں کہ ٹرے سے باہر نکلا رہا ہوتا کہ ایک کو آسانی سے نکالا جاسکے۔ اس پر برش کی مدد سے ڈالڈا کوکٹ آئل لگائیں اور بسکٹ کے کچج کو اچھی طرح دبا کر ایک اچھی موٹی تہ لگا دیں۔ آدھے گھنٹے کے لئے فریز میں رکھ دیں۔
- 3 جیلٹن میں دو کھانے کے کچج پانی اور کینوں کا دس ملا کر ڈبل برائمر پر پکا لیں۔
- 4 کینو دس کو صاف دھو لیں اور ایک کینو کا اوپر کا ہارڈیک پہنکا کٹال لیں۔ اس کو ہارڈیک کاٹ کر گرم پانی میں ابال کر نکالیں۔ کینو کے ہارڈیک تھلے کاٹ لیں
- 5 کینو کا دس نکال لیں اور اس میں ٹھنڈے سے سکے ہوئے ٹھیکے ملائیں اور اس میں دو کھانے کے کچج چینی ڈال کر اتنی دبر پکائیں کہ گاڑھا ہو جائے
- 6 کریم کو ٹھنڈا کر لیں اور اسے صاف خشک پیالے میں ڈال کر الیکٹرک بیٹر سے پھینٹیں
- 7 کالج چیز اور کنڈینسڈ مٹک کو ٹھنڈا پھینٹ لیں۔ پھر اس میں وہی جیلٹن کا آمیزہ در کریم اور ٹھنڈا کیا ہوا کینو کا کچج ڈال کر ملا دیں۔ اس کچج کو بیٹنگ چین میں بسکٹ کے اوپر ڈال دیں اور چھ سے آٹھ گھنٹوں کے لئے فریز میں رکھ دیں

فریز سے نکال کر چند منٹ روٹ سپر پز پر رکھیں پھر استیما سے ہنر سے کٹا لیا جاتا ہے ہارڈیک کو ٹرے سے نکال لیں۔ کینو کے سائزر سے اوپر سے خوب ہموار سے ہمواریں۔

تیاری کا وقت: ایک سے زیادہ گھنٹہ | ٹھنڈا کرنے کے لئے: پانچ سے چھ گھنٹے | افراد: پانچ سے چھ

پیرس سے فخر کے ساتھ!

دنیا کے ماہرین نے دیا ڈالدا کی بین الاقوامی
مہارت کو منفرد اعزاز



تاریخ میں پہلی بار، پاکستان نے جیتا

Gourmand World Cookbook Awards

ڈالدا کا دسترخوان
سپلاشنگ ایڈیشن

Best Corporate Cookbook in the World



Dalda

READING
Section

www.paksociety.com



www.paksociety.com

فون/ٹول فری: 0800-32532

پتہ: P.O.Box 3660، کراچی، پاکستان

ای میل: dalda.advisory@daldafoods.com

ویب سائٹ: www.daldafoods.com

